



令和7年7月1日 風早小学校 保健室

気温が一気に上がり、雨が続く梅雨の季節となりました。気温や天気の急な変化に体が追いつかず、体調をくずしてしまうことがあります。ムシムシとした暑さにも負けないように、しっかり寝てしっかり朝ごはんを食べて、1日を元気にスタートしましょう。



ねっちゅうしょう よぼう
熱中症を予防しよう！



天気予報の気温はこのくらい（150cm）の高さではかっています。



大人と子どもでは、暑さの感じ方がちがいががあるので注意が必要です。

ほけんきゅうしよくいいんかい ねっちゅうしょう
保健給食委員会で熱中症の

よびかけを行いました！

年々暑さがきびしくなり、毎年のように熱中症で救急はん送されるニュースを耳にします。ひとごとではなくひとりひとりが予防できるように、学校でも次のように気をつけていきます。

☆登下校や外遊びではぼうしをかぶりま
す。

☆暑さ指数が高い場合は外遊びを禁止し
ます。

☆ふだんから生活のリズムを整え、暑
さに負けない体をつくりましょう。



ねっ ちゅう しょう
熱中症
かも！？
と思ったら

エアコンが効いた室内など
涼しい場所へ



首のまわり、
わきの下、
足の付け根を
冷やす



経口補水液などで
水分補給



自分で
水が飲めない

受け答えが
おかしい

悪化すると
命にかかわることも。
すぐに対処しましょう。

いのち まも けんしゅう
命を守る AED研修！



安芸津消防署の方を講師にお迎えし、AED研修を行いました。水泳学習前には必ず行っている研修ですが、繰り返し実践を深めることで研修の大切さを実感しました。いざという時はだれでも使えるように、緊急時に備えたいと思います。



ライブ 119 の訓練

119番通報時に、通報者のスマートフォンで撮影した映像を、消防指令センターに送ることができます。音声のみでは伝えられない現場の状況をリアルタイムで共有することができます。

